

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Religious coping adalah suatu cara individu dalam mengelola stres dan masalah-masalah kehidupan dengan menggunakan keyakinannya.¹ *Religious coping* merupakan salah satu mekanisme penanggulangan tertua dan paling sering digunakan oleh manusia ketika berada pada episode depresi. Pargament merumuskan dua pola berbeda dalam *religious coping*, yaitu pola positif dan negatif. Pola positif merefleksikan hubungan yang aman dengan Tuhan, suatu keyakinan dimana ada sesuatu yang lebih berarti yang ditemukan dalam kehidupan, dan rasa spiritual dalam berhubungan dengan orang lain. Pada sisi yang lain pola negatif melibatkan ekspresi yang kurang aman dalam berhubungan dengan Tuhan, pandangan yang lemah dan tidak menyenangkan terhadap dunia.² Penelitian yang dilakukan pada pasien kanker di Birjand, Iran menunjukkan bahwa *religious coping* terbukti dapat menurunkan tingkat depresi.³

Depresi merupakan salah satu bentuk dari gangguan mental emosional dan telah menjadi penyakit yang banyak muncul di seluruh dunia. Pada tahun 2016, *World Health Organization* (WHO) memperkirakan terdapat 350 juta orang menderita depresi di seluruh dunia.⁴ Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2013 menyebutkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk ≥ 15 tahun di seluruh Indonesia mencapai angka 6,0%, termasuk di dalamnya depresi dan kecemasan.⁵ Pada kondisi yang paling buruk, depresi dapat menjadi penyebab terjadinya peristiwa bunuh diri. Delapan ratus ribu orang kehilangan nyawa akibat bunuh diri setiap tahunnya dan menjadikannya sebagai penyebab kematian kedua pada individu berumur 15-29 tahun.⁴

Usia remaja merupakan usia yang sangat rentan terhadap terjadinya episode depresi. Hal ini karena remaja memiliki frekuensi yang cukup tinggi dalam menghadapi hubungan interpersonal, baik dengan individu yang lebih tua maupun

yang lebih muda. Hal tersebut mungkin disebabkan karena jumlah pertemanan yang semakin meningkat dan mulai diberikannya otonomi oleh orang tua. Minimal terdapat 5% atau 1 dari 20 remaja mengalami episode depresi.⁶

Salah satu tahapan pendidikan dalam masa remaja adalah jenjang pendidikan tinggi di universitas sebagai seorang mahasiswa. Seperti halnya remaja, mahasiswa sangat rentan mengalami episode depresi dalam kehidupannya. Hal ini karena terdapat perbedaan sistem yang digunakan saat berada di universitas dengan di Sekolah Menengah Atas (SMA) maupun di rumah. Mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu pembelajaran di luar kelas, dibandingkan di dalam kelas. Tantangan lebih berat dihadapi mahasiswa yang mulai hidup terpisah dengan orang tua. Mereka juga dituntut untuk mempelajari keterampilan kehidupan seperti mencuci baju, merapikan kamar, mengatur keuangan, dan sebagainya.⁷

Mahasiswa kedokteran dituntut untuk mengikuti banyak sistem pembelajaran, yang terdiri dari perkuliahan, praktikum, tutorial, dan *skills lab*. Terlebih Konsensus Kedokteran Indonesia (KKI) mengatur agar studi pendidikan kedokteran ditempuh dalam waktu sekurang-kurangnya 7 semester.⁸ Hal-hal tersebut memicu tingginya angka depresi pada mahasiswa kedokteran. Selain itu faktor nonakademik juga turut berperan, antara lain hubungan dengan teman, hubungan dengan orang tua, posisi dalam keluarga, jenis tempat tinggal, dan hubungan dengan teman pria atau wanita.⁹ Suatu penelitian yang pernah dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro pada tahun 2014, didapatkan 49,4% mahasiswa tahun pertama mengalami depresi ringan, 12,8% mengalami depresi sedang, dan 2,6% mahasiswa mengalami depresi berat.¹⁰ Pada penelitian yang dilakukan di Universitas Udayana pada Mei, 2016 juga menyajikan data bahwa 34,7% mahasiswa kedokteran mengalami depresi.¹¹ Penelitian yang dilakukan di sebuah sekolah kedokteran di Kalkuta, India juga menyebut bahwa terdapat 41,1% mahasiswanya mengalami depresi dengan 15% merupakan depresi ringan, dan 26,1% masuk dalam kategori depresi sedang-berat.⁹

Hubungan antara *religious coping* dan tingkat depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran belum pernah diteliti. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti

tertarik utk meneliti hubungan *religious coping* dengan tingkat depresi mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha.

1.2. Identifikasi Masalah

1. Adakah hubungan negatif antara *religious coping* pola positif dengan depresi pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha
2. Adakah hubungan positif antara *religious coping* pola negatif dengan depresi pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha

1.3. Maksud dan Tujuan

Untuk mengetahui adanya hubungan antara *religious coping* dengan depresi pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha.

1.4. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1. Manfaat Akademis

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan yang berkaitan dengan depresi dan hubungannya dengan *religious coping*.

1.4.2. Manfaat Praktis

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan dalam penatalaksanaan depresi terutama pada mahasiswa fakultas kedokteran. Selain itu juga diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi fakultas kedokteran untuk menanamkan nilai-nilai keagamaan dalam kegiatan mahasiswa dengan harapan dapat menjadi usaha deteksi dini untuk munculnya depresi pada mahasiswa.

1.5. Kerangka Pemikiran dan Hipotesis

1.5.1. Kerangka Pemikiran

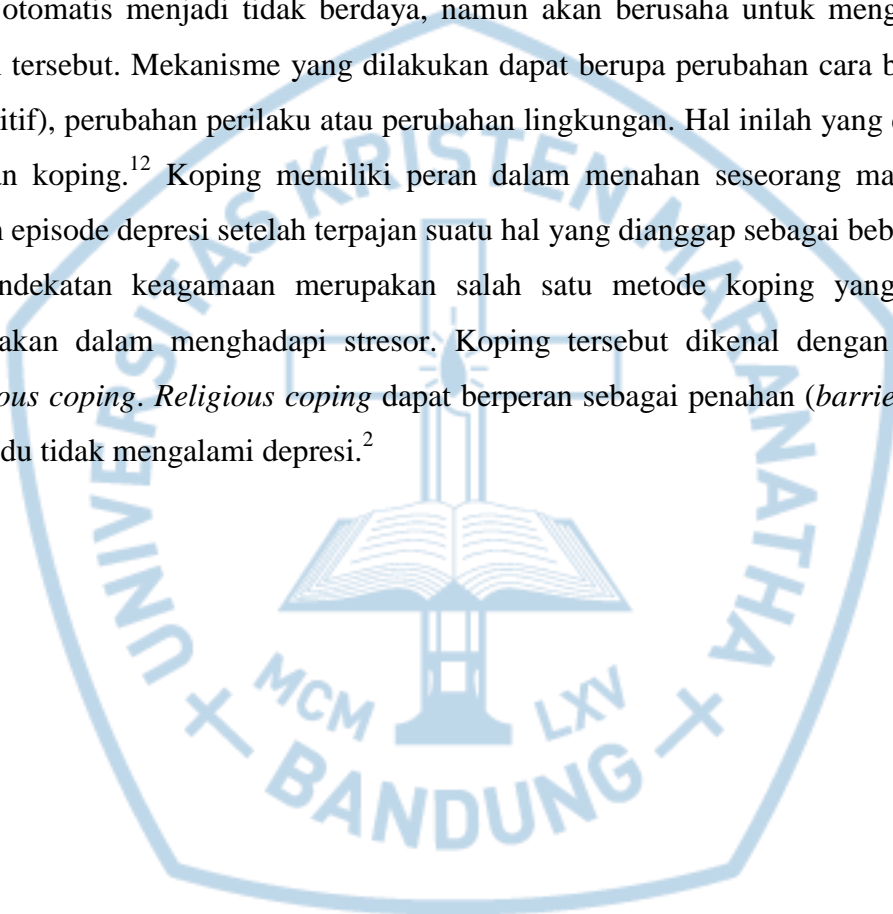
Agama melayani manusia dalam berbagai tujuan hidup dan dalam masa krisis. Hal ini karena agama memiliki lima fungsi dalam sebuah kehidupan. Fungsi pertama adalah agama sebagai pemberi makna. Agama memainkan peran dalam pencarian makna dari sebuah kehidupan. Sebuah stresor dianggap sebagai ujian yang diberikan oleh Tuhan. Stresor juga bisa dianggap sebagai ganjaran atas tindakan dosa yang pernah dilakukan pada masa lalu. Agama juga memiliki fungsi untuk memberikan kenyamanan. Agama didesain untuk mengurangi ketakutan manusia dalam menghadapi kehidupan dimana musibah dapat datang sewaktu-waktu. Fungsi lain agama adalah sebagai kontrol, pemberi keintiman, dan transformasi kehidupan. Fungsi-fungsi tersebut diturunkan menjadi suatu pola *religious coping* yang dapat digunakan individu ketika menghadapi masalah-masalah kehidupan atau mengalami depresi.²

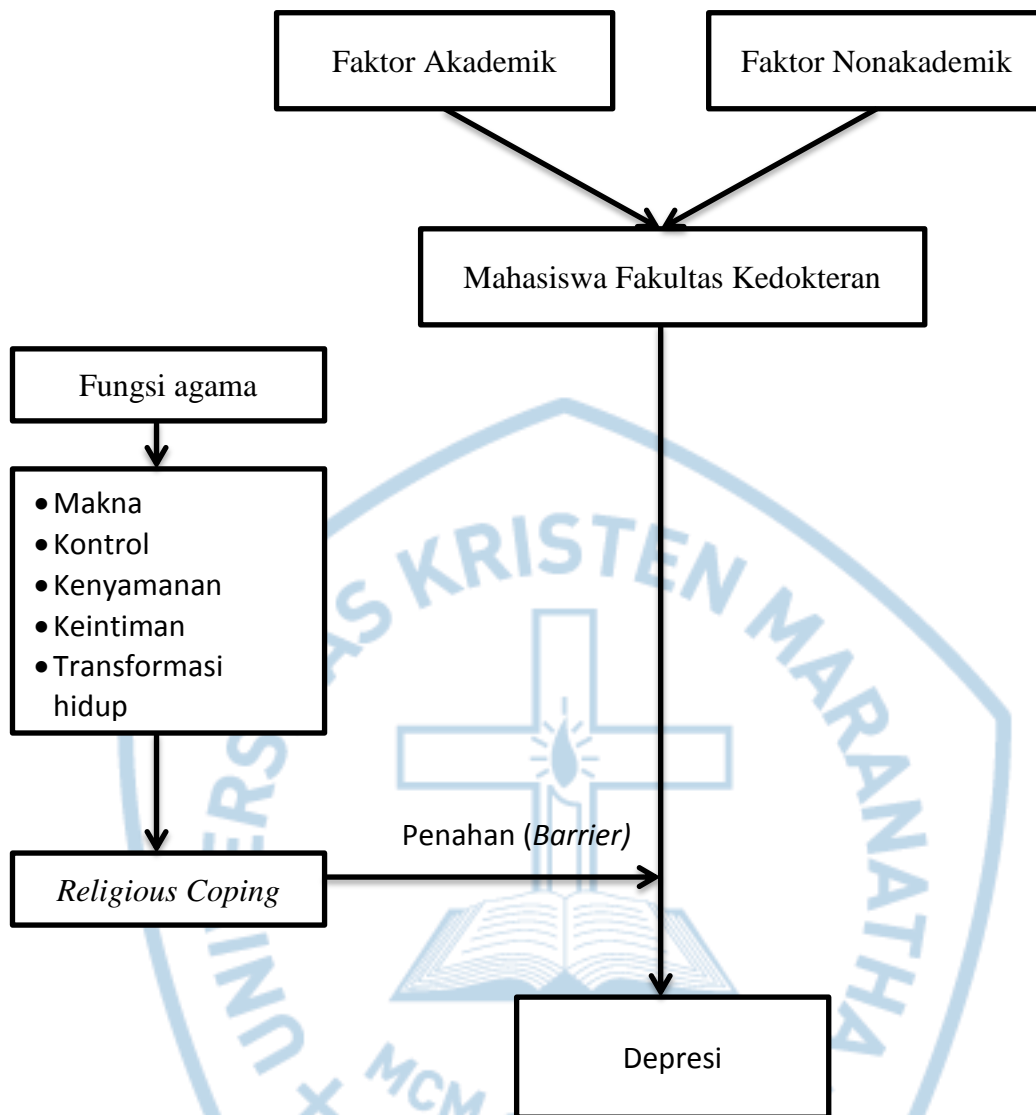
Depresi berasal dari ketegangan ego seseorang antara keinginan dan kenyataan.¹² Depresi diawali dengan adanya suatu peristiwa hidup yang bersamaan dengan kondisi ketidakcukupan sumber daya untuk menanggulangi peristiwa hidup tersebut.¹³ Seseorang yang sedang mengalami gangguan depresi menyadari bahwa hidup tidak sesuai dengan apa yang dibayangkannya. Hal ini menyebabkan orang tersebut menjadi merasa putus asa dan tidak berdaya.¹²

Mahasiswa Fakultas Kedokteran rentan terhadap timbulnya episode depresi. Hal ini karena mereka dihadapkan pada beban akademik seperti jadwal perkuliahan, praktikum, tutorial, dan pelatihan keterampilan klinis yang padat.⁸ Selain itu faktor nonakademik juga turut berperan, di antaranya adalah hubungan dengan teman, hubungan dengan orang tua, hubungan dengan teman pria atau wanita, posisi di rumah, dan jenis tempat tinggal.⁹

Saat dihadapkan pada suatu keadaan yang dianggap sebagai beban manusia tidak otomatis menjadi tidak berdaya, namun akan berusaha untuk menghadapi beban tersebut. Mekanisme yang dilakukan dapat berupa perubahan cara berpikir (kognitif), perubahan perilaku atau perubahan lingkungan. Hal inilah yang disebut dengan koping.¹² Koping memiliki peran dalam menahan seseorang masuk ke dalam episode depresi setelah terpajan suatu hal yang dianggap sebagai beban.¹²

Pendekatan keagamaan merupakan salah satu metode koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stresor. Koping tersebut dikenal dengan istilah *religious coping*. *Religious coping* dapat berperan sebagai penahan (*barrier*) agar individu tidak mengalami depresi.²





Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.5.2. Hipotesis Penelitian

1. *Religious coping* pola positif berhubungan secara negatif terhadap tingkat depresi mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha
2. *Religious coping* pola negatif berhubungan secara positif terhadap tingkat depresi mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha

